

# 臺北市至善國民中學 111 學年度第一學期 複合式災害疏散避難演練實施計畫

## 壹、實施依據

- 一、災害防救法及「教育部各級學校校園災害管理要點」。
- 二、教育局 111 年 8 月 9 日北市教安字第 11130718881 號「臺北市 111 年度國家防災日各級學校及幼兒園複合式災害（防空、地震）疏散避難演練實施計畫」。
- 三、本校 111 年 9 月 6 日防災教育工作會議記錄。

貳、實施目的：因應國際情勢，持恆居安思危與熟練防空作為，另配合行政院「國家防災日」活動，實施全國各級學校及幼兒園複合式疏散避難演練，強化師生災害應變處理能力，有效減低災損，以維護校園及師生安全。

參、參加人員：本校全體師生

## 肆、實施日期與時間：

- 一、預演：111 年 9 月 16 日（五）08:00-08:30 無預警。
- 二、正式演練：111 年 9 月 21 日（五）09:00-09:53。

## 伍、實施方式

- 一、校園安全常規宣導：利用集會時間，進行校園安全相關宣導講習及演練。
- 二、複合式防災教育演練：配合交通部中央氣象局強震即時警報系統發布之模擬地震狀況訊息，完成地震避難掩護演練活動。
- 三、實施流程：實施動次表說明如下表所示。
  - (1) 9/21（三）上午 9 時，本校校自行發布防空警報並實施防空疏散避難演練，於 9 時 19 分發布防空解除警報。
  - (2) 9/21（三）上午 9 時 21 分，統由中央氣象局強震預警系統發布地震演練訊號，本校結合校內廣播器發布地震警報，演練當日應保持系統處於訊息接收暢通狀態，完成本次複合式災害避難掩護演練活動。

### 111 年度國家防災日複合式災害疏散避難演練時序動次表

日期：111 年 9 月 21 日（三）		地點：校園		
起迄時間	使用時間	動次內容	負責人	地點
上午 8 時 45 分 至 上午 9 時	15 分鐘	府級長官 演練簡報 (僅中籤學校需實施)	校長	校務發展室
上午 9 時 至 上午 9 時 2 分	1 分鐘 55 秒	空襲警報發布	依任務編組律定	全校 (運用廣播系統發布)
上午 9 時 至 上午 9 時 19 分	19 分鐘	實施防空 疏散避難演練	依任務編組律定	防空避難處所：活動中 心地下一樓桌球室

上午 9 時 19 分 至 上午 9 時 21 分	1 分鐘 30 秒	空襲警報解除 留在原地因應地震警 報聲響起時就地避難	依任務編組律定	防空避難處所：活動中 心地下一樓桌球室 (運用廣播系統發布)
上午 9 時 21 分 至 各校演練時間自行律定	約 30 分鐘	實施地震避難疏散演 練(統由中央氣象局強 震預警系統發布地震 演練訊號)	依各校 任務編組律定	防空避難處所：活動中 心地下一樓桌球室 (就地避難) 地震避難疏散地點：操 場或(雨備)活動中心一 樓(疏散與清查人數)

#### 陸、預期效益

所謂複合式災害演練，學校須實施 2 項(含)以上防災演練(如地震、空襲、火災、水災、土石流等災害等)。本校 111 年度國家防災日係模擬地震及空襲災害情況，實施應變處理演練，檢核學校災害應變能力及災害處理流程，評估災害處理效能外，以為日後災害處置參考經驗，並藉此強化學校災害防救應變處置與災後復原重建作業能力。

柒、本計畫陳 校長核可後實施，修正時亦同。

## 防空疏散避難準備事項

### 一、正式演練實施前

(一) 確認各校防空避難設備 (以下統稱防空避難處所) 位置，俾利疏散

避難規劃，請至內政部警政署全球資訊網「防空疏散避難專區」

<https://reurl.cc/6E00vy>，或下載北市警政 APP (點選「防空避難」專區) 查詢所屬防空避難處所位置。

(二) 倘校內無地下室、週邊無防空避難處所或地面層不足容納所有人數之學校，得規劃在 2 樓以下建築室內空間實施避難，惟應建立相關數據並納入疏散避難規劃。

(三) 規劃全校師生防空避難處所疏散動線及位置，並修訂校園安全地圖內 (空襲災害)，並完成防空疏散避難應變小組任務編組。

(四) 演練前應 完成防空避難處所設備維護 (照明、通風及消防等設施) 及 環境檢整 (避免積水及髒亂，出入口保持暢通)。

(五) 藉由朝、週會、融入相關領域課程及彈性時間等，適時 教導學生防空疏散避難目的與要領，並熟悉疏散動線及防空避難集合位置。



### 二、防空疏散避難演練實施中

(一) 學校應透過廣播系統，模擬 播放空襲警報信號 (1 長 2 短，連續 3 次，長音 15 秒、短音 5 秒、音符間隔 5 秒總計 115 秒)。

(二) 防空疏散避難應變小組 不待指示，至任務分配位置集合：

(1) 行政同仁：災害緊急應變編組即時生效 (如：通報組、搶救組、避難引導組、緊急救護組、安全防護組等)，按任務編組穿著及攜帶個人裝具，分別至任務位置進行疏散引導或防災物品搬運。

(2) 學生：攜取個人貴重物品及衣物，遵循不推不跑不語原則大步往防空避難處所前進。外堂課或不在班學生不再返班，直接向避難集合位置移動；班級若有設置防災避難包應隨併攜行；在場導師或任課老師協助引導學生疏散。(個人掩蔽要領如備註\*)

(3) 專任老師、教練及校內其他人員：配合演練全數往指定位置集合。

(三) 人員離開教室、辦公室、上課場地或 各場域應隨手關燈，管制燈火；教室門、窗同步關閉，若有裝設窗簾、百葉窗等亦併放下及閤上。

(四) 警報發布時，人員若處於室外，應避離高樓層玻璃外牆，盡速進入室內通道、走廊；校園內車輛靠邊熄火，人員覓地掩避之情形，校門只進(僅限人員徒步進入)不出(同時可避免校內車輛移動影響人員疏散避難)。

(五) 避難引導組於各重要動線、節點之引導人員，於完成教職員生疏散引導後，立即回到防空避難處所，並對所負責場域周邊確認淨空；所有人員到達集合位置後立即點名及回報學校指揮中心，若有 人員未到情形，應溯往原因、位置及動線等，指派搶救組或避難引導組人員找尋。

(六) 全校完成點名後，通報組即向教育局校安中心、區公所應變指揮中心進行狀況回報 (演習時採模擬回報)。

(七) 幼兒園以下園所，統一採就地避難方式演練，惟應注意門窗緊閉、關燈、離開窗戶，並適當安撫幼生情緒。

(八) 針對 行動不便或身心障礙者，應先期完成互助組編組，指派專人於疏散避難時提供適當協處。

透過廣播系統模擬播放解除空襲警報 (1 長音，90 秒)，演習結束。

### 三、防空疏散演練實施後

(一) 結合學校防災演練機制，於演習（含預演）結束後3日內召開演練檢討會，通盤研討演練狀況之設定、應變編組指揮操作情形、各組合作與銜接細節、各組裝具配發需否調整、疏散動線及集合位置之適切性等，列入紀錄並逐次修正及驗證。

(二) 檢討會中老師代表及學生代表之意見與分享內容，應納入計畫考量。

(三) 總務處應持恆檢查及維持防空避難設備之完好狀態，適時維修並列入年度補強規劃。

註\*：遭遇空襲狀況，個人掩蔽要領如下（應事先對學生教育宣導）：

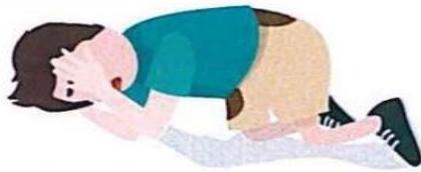
(1)選擇：盡量選擇混凝土材質之堅固建物進行掩蔽。

(2)避離：離開高樓地帶、玻璃外牆及家室窗戶等，進入室內及背離窗戶區域。

(3)姿勢：背向窗戶或爆炸方向，盡量壓低身體，採跪或趴下姿勢，拱起身體胸口離開地面。以雙手遮住眼睛，姆指摀住耳朵，嘴巴微張如圖1（爆炸會產生強大推震力，震飛人車或造成無數飛濺破片，其次爆炸衝擊波不管有沒有牆壁等遮蔽物，都會對周遭產生瞬間壓力差，可能對人體造成耳膜破裂、眼球突出或內臟損傷等傷害）。

附圖：防空避難姿勢

### 避難姿勢



- 1.採跪姿
- 2.身體微拱
- 3.胸口遠離地面
- 4.雙手遮住眼、耳
- 5.嘴巴微張

附件二. 國家防災日各級學校地震避難掩護演練流程及注意事項

國家防災日各級學校地震避難掩護演練流程及注意事項		
演練階段劃分	校園師生應有作為	注意事項
<p><b>階段一：地震發生前</b></p>	<p>1. 熟悉演練流程及相關應變作為。 2. 依表定課程正常上課。</p>	<p>1. 針對演練程序及避難掩護動作要領再次強調與說明。 2. 完成警報設備測試、教室書櫃懸掛物固定、疏散路線障礙清除等工作之執行與確認。</p>
<p><b>階段二：地震發生</b> 【運用校內廣播系統、喊話器或依各校現有設施發布（全國高級中等以下學校應配合交通部中央氣象局強震即時警報軟體之模擬地震訊息辦理演練，若上開軟體未發布警示聲響，請學校自主啟動或依前述設施辦理演練）】</p>	<p>地震發生時首要保護自己，優先執行「<b>趴下、掩護、穩住</b>」抗震保命三步驟。</p>	<p>1. 師生應注意自身安全，保護頭頸部，避免掉落物砸傷。（因頭頸部最為脆弱） 2. 室內：應儘量在桌下趴下（<b>雙肘貼地，雙腳貼地</b>），並以雙手緊握住桌腳。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p><b>趴下 Drop</b></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><b>掩護 Cover</b></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><b>穩住 Hold on</b></p> </div> </div> <p style="text-align: right; font-size: small;">圖示來源:教育部</p> <p>3. 室外：應保護頭頸部，避開可能的掉落物。</p>
<p><b>階段三：地震稍歇</b>  (以警示聲響或廣播方式發布)</p>	<p>1. 地震稍歇後，再關閉電源並檢查逃生出口及動線。 2. 成立緊急應變小組，由指揮官（校長或代理人）判斷緊急疏散方式。 3. 聽從師長指示依平時規劃之路線進行避難疏散（離開場所時再予以關閉電源）。 4. 抵達安全疏散地點（抵達時間得視各校地形狀況、幅員大小、疏散動線流暢度等情形調整）。 5. 各班任課老師於疏散集合後 5 分鐘內完成人員清點及回報，並安撫學生情緒。</p>	<p>1. 以具備緩衝保護功能的物品保護頭頸部。 2. 特殊需求學生應事先指定適當人員協助避難疏散；演練當時，避難引導人員請落實協助避難疏散。 3. 不推、不跑、不語，在避難引導人員引導下至安全疏散地點集合。 4. 以班級為單位在指定位置集合（集合地點在空曠場所時，不需再用物品護頭）。 5. 任課老師請確實清點人數，並逐級完成安全回報。 6. 依學校課程排定，返回授課地點上課。</p>
<p>備註： 1. 本市高級中等以下學校於 9 月 21 日上午 9 時 21 分進行地震演練，並完成階段一、階段二及階段三演練流程，以「<b>趴下、掩護、穩住</b>」抗震保命三步驟為演練實施重點；疏散避難階段以「<b>不推、不跑、不語</b>」為重點 2. 如遇雨天，請攜帶雨具，進行疏散演練。</p>		

## 學校地震避難掩護應變參考程序

參考資料來源：內政部、教育部

情境：搖晃劇烈、站立不穩，行動困難，幾乎所有學生會感到驚嚇、恐慌、高處物品掉落，傢俱、書櫃移位、搖晃，甚或翻倒。

### 一、學生在教室或其他室內：(如圖書館、社團教室、福利社、餐廳等)

(一)保持冷靜，立即就地避難。

1. 就地避難的最重要原則就是保護頭頸部及身體，避難的地點優先選擇如下：

- (1)桌子下。
- (2)柱子旁。
- (3)水泥牆壁邊。

2. 避免選擇之地點：

- (1)窗戶旁。
- (2)電燈、吊扇、投影機下。
- (3)未經固定的書櫃、掃地櫃、電視、蒸便當箱、冰箱或飲水機旁或貨物櫃旁(下)。
- (4)建物橫樑、黑板、公布欄下。

3. 地震避難掩護三要領：趴下、掩護、穩住，直到地震結束。



圖示來源：內政部

4. 躲在桌下時，應以蹲低或趴跪的方式，且雙手握住桌腳，以桌子掩護並穩住身體，如此當地震發生時，可隨地面移動，並形成屏障防護電燈、吊扇或天花板、水泥碎片等掉落的傷害。

(二)當地震稍歇時，應聽從師長指示，依平時規劃之緊急避難疏散路線，進行避難疏散。注意事項如下：

1. 可以用頭套、較輕的書包、補習袋或書本保護頭部，並依規劃路線避難。
2. 遵守不推、不跑、不語三不原則：喧嘩、跑步，易引起慌亂、推擠，或造成意外，災時需冷靜應變，才能有效疏散。
3. 避難疏散路線規劃，應避開修建中或老舊的建物或走廊，並考量學生同時疏散流量，使疏散動線順暢，另外要特別協助低年級及身障學生之避難疏散。

(三)抵達操場(或其他安全疏散地點)後，各班導師應確實點名，確保每位同學皆已至安全地點，並安撫學生情緒。

## ※特別注意事項：

- (一) 身障學生及資源班學生應由專人引導或由鄰近老師負責帶領。
- (二) 在教室內，應立即保護頭頸部，找安全的掩護地方依地震避難掩護三要領就地避難，俟地震搖晃稍停後關閉火源、電源，儘速打開大門進行疏散避難。
- (三) 在游泳池應即離開泳池上岸躲在柱子旁或水泥牆壁邊，避開燈具、窗戶等，等搖晃停止後再行疏散避難。
- (四) 在建築物內需以防災頭套或書包保護頭部，但當離開建築物到空曠地後，可不必再以書包保護頭部，以利行動。
- (五) 地震搖晃當中切勿要求學生開門與關閉電源，應於地震稍歇且進行疏散時，才能實施上述 2 項動作。

## 三、學生在室外：

- (一) 保持冷靜，立即就地避難。
  1. 在走廊，應立即趴下，保護頭部，並注意是否有掉落物，當地震稍歇，可行動時應立即疏散至空地，或避難疏散地點。
  2. 在操場，應立即趴下，避開籃球架，當地震稍歇，可行動時應立即疏散至空地，或避難疏散地點。
  3. 千萬不要觸及掉落的電線。
- (二) 抵達操場（或其他安全疏散地點）後，各班導師應確實點名，確保每位同學皆已至安全地點，並安撫學生情緒。

附件四

表 1、緊急應變小組分組表

組別	職務	姓名	職稱	負責工作
指揮官		洪春金	校長	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 負責指揮、督導、協調。</li> <li>➤ 依情況調動各分組間相互支援。</li> </ul>
指揮官代理人		呂美蓮	教務主任	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 於校長不在學校或因故無法執行指揮官職務時，擔任指揮官之任務。</li> </ul>
發言人		李郁蕙	輔導主任	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 負責統一對外發言。</li> <li>➤ 呈報上級主管相關通報事宜。</li> <li>➤ 襄助指揮官指揮、督導及協調等事宜。</li> </ul>
搶救暨緊急救護組 (滅火班)	組長	林宏彥	總務主任	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 平時急救常識宣導。</li> <li>➤ 檢修與保養救災相關裝備。</li> <li>➤ 受災教職員工生之搶救及搜救。</li> <li>➤ 清除障礙物協助逃生。</li> <li>➤ 協助疏散未能及時避難之教職員工生。</li> <li>➤ 關閉校區總電源及瓦斯。</li> <li>➤ 設置警示標誌及交通管制。</li> <li>➤ 毀損建築物與設施之警示標誌。</li> <li>➤ 支援避難引導組及搬運防災救急箱器材。</li> <li>➤ 如發生火災，研判火勢，必要時使用滅火器、室內消防栓進行初期滅火工作。</li> </ul>
	組員	陳怡卉 鄧怡 楊淑媚 許清煥 林月秋 莊平順 游麗玉 詹輝仁 汪志強 郭依菁 鄭慧貞 丁時馨 洪暘丞 陳衣蕾		
通報組 (通報班)	組長	呂美蓮	教務主任	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 通報地方救災、治安、醫療及聯絡有關人員等，並請求支援。</li> <li>➤ 通報教育行政主管機關(教育局處)、縣市政府災害應變中心、鄉/鎮/市/區災害應變中心及教育部校園安全暨災害防救通報處理中心，已疏散人數、收容地點、災情等。</li> <li>➤ 負責蒐集、評估、傳播和使用有關於災害、資源與狀況發展的資訊。</li> <li>➤ 回報災情狀況。</li> <li>➤ 啟動社區志工與家長協助。</li> <li>➤ 學生家長必要之緊急聯繫。</li> </ul>
	組員	李郁蕙 王琮郁 蕭安廷 李璟如 張敏慧 王怡雯 林欣誼 朱殷君 林永茂 白碧瑩 蔡純惠 黃秀萍 金海蓉 高佳祺		

組別	職務	姓名	職稱	負責工作
避難引導暨安全防護組 (避難引導班)	組長	黃匡倫	學務主任	<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ 依據不同災害之應變原則，協助教職員工生進行第一時間的避難。</li> <li>➔ 於適當時機，協助教職員工生緊急疏散至集結點。</li> <li>➔ 避難人數清點確認。</li> <li>➔ 維護教職員工生及集結點安全。</li> <li>➔ 進行必要的安撫。</li> <li>➔ 視災情變化，引導教職員工生移動、避難與安置。</li> <li>➔ 隨時清查教職員工生人數與安全狀況，並回報或申請救護車支援。</li> <li>➔ 在集結地點設置服務臺，提供協助與諮詢。</li> <li>➔ 學生領回作業。</li> </ul>
	組員	林宛姿 林長佑 李欣桂 朱吟春 胡玉玫 邱稚榛 蔡爵光 邱琨棋 林怡君 李曉澄 林宜欣 高瑜璞 溫竣平 張美玲 方健諺		

註：

1. 「緊急應變小組」應整合原有防救災相關編組，括號內表示自衛消防編組。
2. 學校得視情況，安排人員於不同階段支援不同組別。
3. 各組組長不在學校或無法履行職務者，依排列順位代理組長職務。

圖 1、本校校園防災地圖(空襲災害)

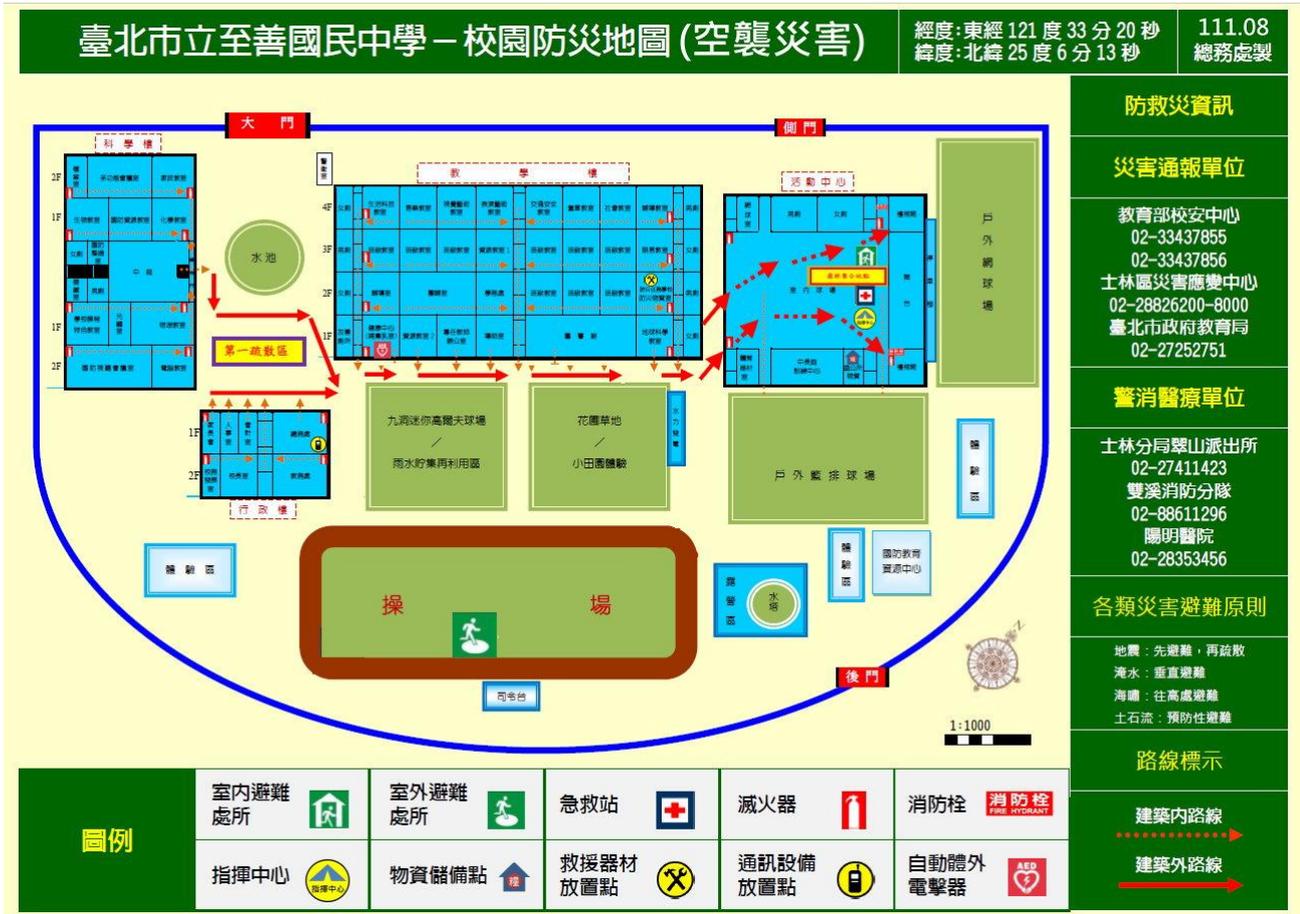


圖 2、本校校園防災地圖(地震災害)

